

## **Estrategia de inclusión adaptada al fútbol en niños con discapacidad intelectual leve**

*Inclusion strategy adapted to football in children with mild intellectual disability.*

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17535323>

**AUTORES:** Manuel Ignacio Calderón Moncayo <sup>1\*</sup>  
Mónica Patricia Acurio <sup>2</sup>  
Margarita Faustina Figueroa Silva <sup>3</sup>  
César Efrén Vivero Quintero <sup>4</sup>

**DIRECCIÓN PARA CORRESPONDENCIA:** ([mcaoderonm@utb.edu.ec](mailto:mcaoderonm@utb.edu.ec))

**Fecha de recepción:** 15 / 07 / 2025

**Fecha de aceptación:** 04 / 08 / 2025

### **RESUMEN**

La inclusión educativa de estudiantes con discapacidades ha captado una atención global significativa, impulsada por organizaciones internacionales que abogan por una educación equitativa (Naciones Unidas 2006, 2006,) Este enfoque busca asegurar que todos los estudiantes reciban un desarrollo académico y físico integral, con un énfasis particular en la educación física. Como destaca (Poma Flores, 2024), el desarrollo cognitivo logrado a través

---

<sup>1\*</sup>\* Licenciado en Educación Física y Deporte, Magíster en Pedagogía de la Cultura Física Mención en Educación Física Inclusiva, carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, Universidad Técnica de Babahoyo, [mcaoderonm@utb.edu.ec](mailto:mcaoderonm@utb.edu.ec), <https://orcid.org/0000-0001-8222-5067>

<sup>2</sup>Ingeniera en Sistemas, Magíster en Gerencia Educativa, carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, Universidad Técnica de Babahoyo, [macurio@utb.edu.ec](mailto:macurio@utb.edu.ec), <https://orcid.org/0009-0004-5834-4874>

<sup>3</sup>Licenciada en Ciencias de la Educación en la Especialización de Educación Física, Magíster en Docencia y Currículo, Doctora en Educación, carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, Universidad Técnica de Babahoyo, [mfigueroa@utb.edu.ec](mailto:mfigueroa@utb.edu.ec), <https://orcid.org/0000-0002-2220-1132>

<sup>4</sup>Licenciado en Ciencias de la Educación Mención Educación Básica, Magíster en Docencia Universitaria e Investigación Educativa, carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, Universidad Técnica de Babahoyo, [cvivero@utb.edu.ec](mailto:cvivero@utb.edu.ec), <https://orcid.org/0000-0001-6242-0113>

de prácticas inclusivas es primordial. Dentro de este marco, la inclusión adaptada en el fútbol surge como un proceso dinámico dedicado a defender los derechos universales, incluyendo el derecho a una educación de calidad y a la participación en deportes (Manuel Calderón Moncayo, 2023). Esto se alinea con el objetivo de desarrollar habilidades motrices esenciales (coordinativas, propioceptivas y físicas) para la inclusión de niños con discapacidad intelectual leve en la práctica del fútbol. Esto implica la creación de un programa de actividades deportivas inclusivas que fomenten el aprendizaje cognitivo de las reglas fundamentales del fútbol, y amplíen el desarrollo de habilidades motrices fundamentales como la coordinación, la agilidad, la estabilidad, el equilibrio y la fuerza. Además, se establecería una base de datos para gestionar la información del proceso de inclusión, facilitando futuras actualizaciones de la estrategia. Para que una estrategia de inclusión en el fútbol sea efectiva, debe alinearse con los principios de integración, según lo articulado por (Albert Batalla Flores, 2017) permitiendo que los niños participen en prácticas de fútbol típicas. Esto a menudo requiere un enfoque cualitativo y cuantitativo combinado, empleando diseños pre-experimentales. Por ejemplo, un estudio con 45 niños de 6 a 12 años con discapacidad intelectual leve demostró el impacto positivo de dicha estrategia. Como concluye (Miño, 2024) la implementación de esta estrategia contribuye significativamente a la inclusión, fomentando un entorno más equitativo en los deportes.

**Palabras clave:** Inclusión, Fútbol, Discapacidad

## ABSTRACT

The educational inclusion of students with disabilities has garnered significant global attention, driven by international organizations advocating for equitable education (United Nations 2006, 2006). This approach seeks to ensure that all students receive comprehensive academic and physical development, with a particular emphasis on physical education. As highlighted by Poma Flores (2024), the cognitive development achieved through inclusive practices is paramount. Within this framework, adapted inclusion in football emerges as a dynamic process dedicated to upholding universal rights, including the right to quality education and participation in sports (Manuel Calderón Moncayo, 2023). This aligns with

the objective of developing essential motor skills (coordinative, proprioceptive, and physical) for the inclusion of children with mild intellectual disabilities in football practice. This involves creating a program of inclusive sports activities that foster cognitive learning of fundamental football rules, and expand the development of fundamental motor skills such as coordination, agility, stability, balance, and strength. Furthermore, a database would be established to manage information on the inclusion process, facilitating future updates to the strategy. For a football inclusion strategy to be effective, it must align with principles of integration, as articulated by Albert Batalla Flores (2017), allowing children to participate in typical football practices. This often requires a combined qualitative and quantitative approach, employing pre-experimental designs. For example, a study with 45 children aged 6 to 12 with mild intellectual disabilities demonstrated the positive impact of such a strategy. As Miño (2024) concludes, the implementation of this strategy significantly contributes to inclusion, fostering a more equitable environment in sports.

**Keywords:** *Inclusion, Football, Desability*

## INTRODUCCIÓN

En el vibrante tapiz del desarrollo infantil, el deporte emerge como un hilo dorado que teje habilidades físicas, sociales y emocionales. Para los niños con discapacidad intelectual leve, esta participación trasciende el mero ejercicio, erigiéndose como un poderoso catalizador de inclusión y crecimiento personal. Dentro de este amplio espectro deportivo, utilizando el fútbol, como una actividad que permitirá desarrollar conocimientos, habilidades y destrezas. Los estudiantes con discapacidad intelectual leve se caracterizan por un lento aprendizaje producto a un coeficiente intelectual que oscila entre 50 y 70 %, criterios que implican la búsqueda de herramientas didácticas por el docente para influir no solamente en lo cognitivo, sino también en lo social, físico y emocional, el fútbol, con su lenguaje universal y su dinámica de equipo, ofrece un escenario particularmente rico para fomentar la pertenencia y el desarrollo integral. Sin embargo, la plena integración de estos niños en el fútbol requiere una mirada atenta y la implementación de estrategias adaptadas que derriben barreras y celebren la diversidad de capacidades. Esta necesidad de enfoques inclusivos y específicos

para el contexto del fútbol se convierte en el punto de partida esencial para explorar cómo maximizar los beneficios de este deporte para cada niño, independientemente de sus desafíos.

## **METODOLOGÍA**

En la Unidad Educativa Aurora Estrada Ayala de Ramírez se pudo constatar a través de las observaciones de las clases de educación física que no existen estrategias metodológicas de inclusión adaptadas al fútbol a los niños que presenta discapacidad intelectual leve.

La estrategia presente de enfoque inclusivo a niños que presentan la condición de discapacidad intelectual leve de la Unidad Educativa Aurora Estrada Ayala de Ramírez, durante la participación en clases de educación física bajo un enfoque inclusivo.

La presente investigación da a conocer de la implementación de Estrategias de inclusión adaptadas al fútbol donde se prioriza la inclusión de los estudiantes con necesidades educativas asociadas a una discapacidad intelectual leve, en clase de educación física, también obtendrán beneficios los estudiantes regulares a base de un enfoque inclusivo donde se amplificará lo fundamental que es el desarrollo integral de los estudiantes con metodologías netamente esenciales para los estudiantes regulares y con discapacidad leve en el cual se enfocará de manera, educativa las actividades a realizar.

Beneficios para los niños de la Unidad Educativa Aurora Estrada Ayala de Ramírez que presentan una muestra general de 45 niños comprendidos en un grupo etario de 6 a 12 años de sexto a octavo grado de los cuales 4 niños presentan necesidades educativas asociadas con discapacidad intelectual leve.

Desarrollo integral; Se puede identificar la estrategia y adaptaciones específicas que permitan a estos niños puedan participar plenamente en las prácticas del fútbol dentro de las clases de educación física, promoviendo su desarrollo físico (coordinación, equilibrio, fuerza), cognitivo (comprensión de reglas, toma de decisiones), social (interacción con compañeros, trabajo en equipo) y emocional (autoestima, confianza).

Inclusión social real; Al comprender mejor cómo facilitar su participación, se aplicarán prácticas que fomenten la aceptación, el respeto y la amistad entre todos los niños, rompiendo barreras y estereotipos de la desigual e exclusión a la práctica del fútbol dentro del grupo de

niños en las clases de educación física; Se puede revelar qué enfoques pedagógicos y comunicacionales son más efectivos para crear un ambiente inclusivo.

Mejora de la calidad de vida; La participación en actividades deportivas como el fútbol en las clases de educación física, puede reducir el sedentarismo, mejorar la salud física y mental, disminuir la ansiedad y el estrés, y aumentar la sensación de pertenencia y felicidad en estos niños. La investigación puede cuantificar estos beneficios y proporcionar evidencia sólida para promover la inclusión.

Beneficios para los profesores de educación física durante las prácticas de fútbol:

Información basada en evidencia; Proporciona a los Profesores de Educación Física información sólida y práctica sobre cómo adaptar sus métodos de enseñanza, las reglas del juego y los materiales para incluir eficazmente a niños con discapacidad intelectual leve. Esto evita conjeturas y permite implementar estrategias probadas. (Norma Miño, 2024)

Mejora de las habilidades de enseñanza del fútbol; Sobre la inclusión, los Profesores pueden desarrollar nuevas habilidades pedagógicas, como la comunicación clara y sencilla, la paciencia, la individualización de la enseñanza y la creación de un ambiente de apoyo.

Creación de entornos más enriquecedores; Las prácticas de fútbol inclusivas no solo benefician a los niños con discapacidad, sino que también enriquecen la experiencia de todos los participantes al fomentar la empatía, la tolerancia y el respeto por la diversidad. (Poma Flores, 2024)

La investigación puede destacar las dinámicas positivas que surgen en estos entornos.

Promoción de una cultura inclusiva; En este ámbito contribuye a sensibilizar a la sociedad sobre las capacidades y los derechos de las personas con discapacidad intelectual, promoviendo una cultura de inclusión en todos los ámbitos.

Desarrollo de políticas públicas; MARCO LEGAL CONSTITUCIÓN DE LA REPUBLICA, Artículo 26.- Establece que: “La educación es un derecho de las personas a lo largo de su vida y un deber ineludible e inexcusable del Estado. Constituye un área prioritaria de la política pública y de la inversión estatal, garantía de la igualdad e inclusión social y condición indispensable para el buen vivir. Las personas, las familias y la sociedad tienen el

derecho y la responsabilidad de participar en el proceso educativo". (Constitucion de la Republica Ecuador, 2008)

MARCO LEGAL Registro Oficial N° 796 Martes 25/09/2012 LEY ORGÁNICA DE DISCAPACIDADES, Sección III DE LA EDUCACIÓN Art. 27.- Derecho a la educación.- El Estado procurará que las personas con discapacidad puedan acceder, permanecer y culminar, dentro del Sistema Nacional de Educación y del Sistema de Educación Superior, sus estudios, para obtener educación, formación y/o capacitación, asistiendo a clases en un establecimiento educativo especializado o en un establecimiento de educación escolarizada, según el caso. Art. 28.- Educación inclusiva.- La autoridad educativa nacional implementará las medidas pertinentes, para promover la inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales que requieran apoyos técnico-tecnológicos y humanos, tales como personal especializado, temporales o permanentes y/o adaptaciones curriculares y de accesibilidad física, comunicacional y espacios de aprendizaje, en un establecimiento de educación escolarizada. (Constitucion de la Republica Ecuador, 2008)

Los resultados de aplicación de estas leyes la pueden proporcionar evidencia para la formulación de nuevas políticas públicas que apoyen la inclusión de personas con discapacidad en el deporte y otras actividades recreativas.

En resumen, sobre la estrategia de inclusión de niños con necesidades educativas asociadas a una discapacidad intelectual leve en las prácticas de fútbol de niños de la Unidad educativa Aurora Estrada Ayala de Ramírez es crucial para garantizar que estos niños tengan las mismas oportunidades de participar, desarrollarse y disfrutar de los beneficios del deporte, al mismo tiempo que enriquece las prácticas deportivas y fomenta una sociedad más inclusiva y equitativa.

#### **Estrategia de inclusión adaptada al fútbol en niños con discapacidad intelectual leve:**

El estudio explica cómo se produjo el proceso de inclusión adaptada a las prácticas del fútbol, con estudiantes con necesidades educativas discapacidad intelectual leve, para desarrollar habilidades deportivas, mediante una estrategia inclusiva. (Manuel Calderón Moncayo, 2023)

Se utilizaron métodos teóricos como el inductivo-deductivo que permitió hacer generalizaciones relacionadas con los factores y características de la discapacidad intelectual leve, así como las diferentes alternativas de tratamiento de las habilidades deportivas en la disciplina de fútbol dentro inclusión adaptada a las prácticas del fútbol; el analítico-sintético facilitó realizar el análisis del estado del arte para profundizar en la búsqueda bibliográfica especializada, referente a la discapacidad intelectual, la educación inclusiva, las habilidades deportivas y la estrategia inclusiva, además para interpretar datos empíricos.

La población del estudio se constituyó por la comunidad de niños con discapacidad intelectual leve de la Unidad Educativo Aurora Estrada Ayala de Ramírez, de la ciudad de Babahoyo. En la identificación de la muestra, se empleó un muestreo no probabilístico, intencional y estratificado que quedó conformado por 45 niños de varios paralelos desde sexto a octavo grado, del subnivel Superior de Educación General Básica, donde el criterio de inclusión fue la presencia de cuatro estudiantes con necesidades educativas discapacidad intelectual leve, además de su profesor de Educación Física.

La determinación del objeto de investigación se realizó mediante un estudio característico con el empleo de los métodos de observación y la entrevista. La observación a la clase de Educación Física utilizada fue la participante, mediante una lista de cotejo con indicadores de presencia, participación, aceptación y aprendizaje de habilidades deportivas del fútbol; y una escala de 4 niveles: 1. de acuerdo, 2. ni de acuerdo, 3 ni en desacuerdo y 4. En desacuerdo. La entrevista individual y abierta, se realizó al docente de Educación Física para obtener datos sobre su perspectiva en relación con el campo de la investigación, las particularidades de los cuatro sujetos con necesidades educativas intelectuales y la aceptación por el resto de los estudiantes.

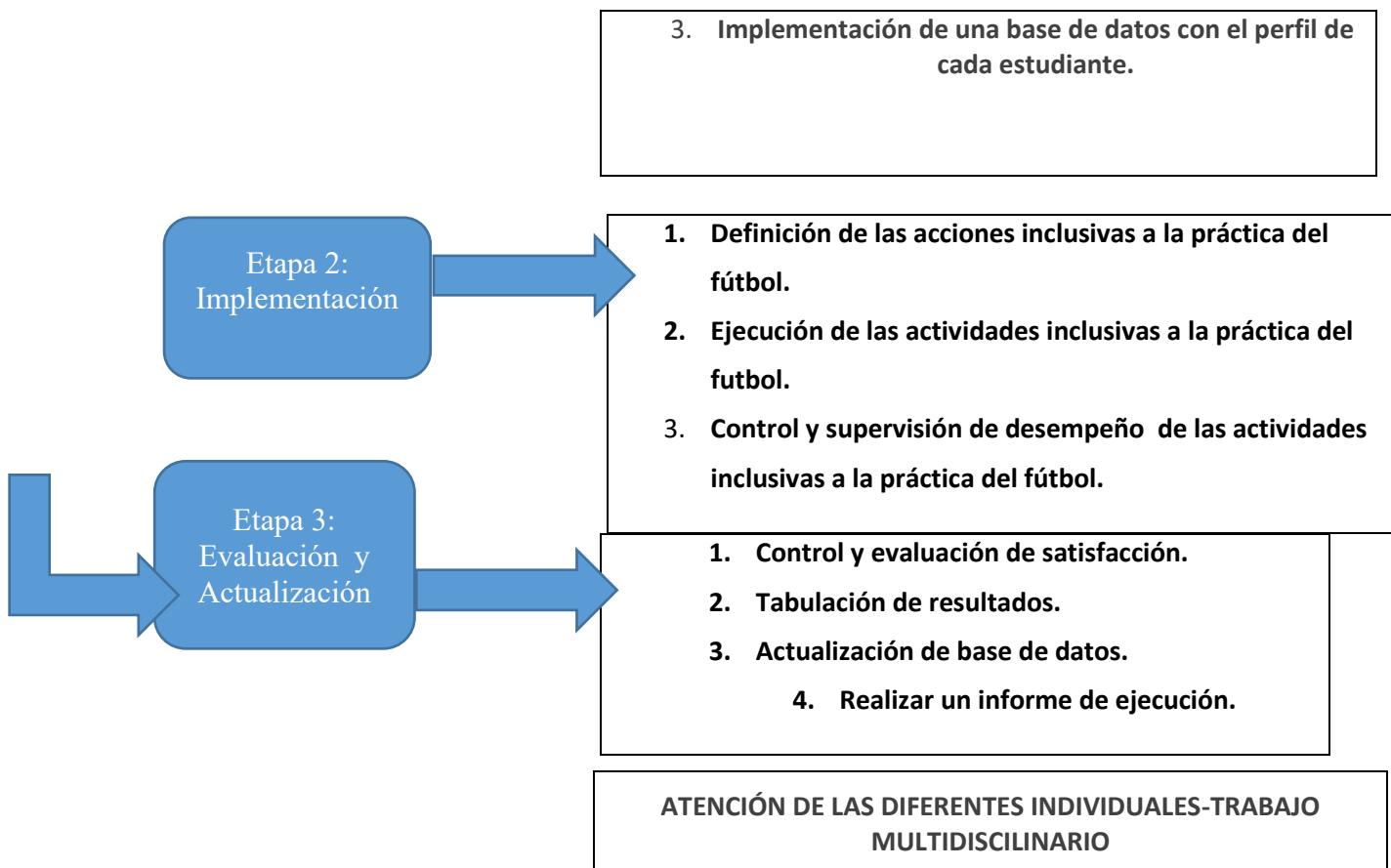
El principal aporte de la presente investigación lo constituye el diseño de una estrategia metodológica para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual leve, en la inclusión a la práctica de fútbol en la Unidad Educativa Aurora Estrada Ayala de Ramírez de Babahoyo. Una estrategia metodológica es instrumento que ayudará a los docentes a resolver diferentes situaciones relacionadas con las necesidades individuales de inclusión al deporte adaptado que presentan los niños con necesidades educativas asociadas a la discapacidad

intelectual leve; por lo tanto, su estructura está formada por principios, etapas, actividades y técnicas, que al ser aplicadas durante los clases de educación física será una guía para mejorar el desempeño inclusivo de los estudiantes que presentan la condición , y para resolver limitaciones no comprendidas dentro de la práctica de futbol tradicional.

**OBSERVACIÓN DE LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA – INCLUSIÓN ADAPTADA AL FÚTBOL – GESTIÓN Y APLICACIÓN DE LA ESTRATEGIA**

Etapa 1:  
Planeación

1. Establecimiento de los principios, directrices y Prácticas.
2. Realización del Diagnóstico Inicial.



**Figura 1.** Estructura general de la estrategia metodológica propuesta.

**Fuente:** Elaboración propia

La estrategia metodológica propuesta consta de tres etapas: (1) Planeación; (2) Implementación y (3) Evaluación y actualización. Cada una de estas etapas es descrita en detalle en esta sección.

### **Etapa 1: Planeación**

#### **Establecimiento de las directrices, principios y prácticas**

El diseño de una estrategia metodológica requiere el establecimiento de un conjunto de principios, directrices y prácticas para su implementación, fundamentalmente cuando está dirigida a estudiantes con necesidades educativas como es el caso de Discapacidad Intelectual. De acuerdo con la investigación desarrollada por (Manuel Calderón Moncayo, 2023), si bien los ejercicios físicos y en específico la práctica del fútbol inclusivo, puede ser muy beneficioso para niños con necesidades educativas asociadas a una discapacidad se deben tenerse en cuenta ciertas consideraciones durante el diseño e implementación. Para efectos de esta investigación, y basado en las recomendaciones, se estableció:

- A. La implementación de la estrategia metodológica para la inclusión de niños con discapacidad Intelectual leve a las prácticas de fútbol será un proceso integrado entre la Unidad Educativa y la familia, siendo necesario garantizar el acompañamiento familiar y el entrenamiento supervisado durante toda la práctica. Durante todo el proceso es importante fomentar la participación de los profesionales que atienden directamente al estudiante, así como de su familia. Sobre todo, cuando la condición especial discapacidad está relacionada con una manifestación psicológica.
- B. Es importante solicitar un diagnóstico integral actual a un equipo multidisciplinario, y con esa información, se seleccionarán las actividades físicas y tiempos de duración apropiados a las particularidades individuales de cada estudiante. El resultado del diagnóstico, será registrado con todos los metadatos necesarios para formar una base de casos.
- C. Una vez realizado el diagnóstico, debe planificarse de manera escalonada el proceso de introducción de las actividades físicas durante el entrenamiento de fútbol, para que el niño incorpore cada una de las actividades, según su respuesta física y su rendimiento. La introducción progresiva de los entrenamientos, permiten una adaptación paulatina del niño.
- D. El profesor de Educación Física debe tener las competencias necesarias para convertirse en un facilitador del deporte adaptativo; promoviendo la inclusión de los alumnos con discapacidad intelectual, así como garantizando la seguridad física de los niños. Para esto debe desarrollar un entorno de confianza, creatividad y seguridad.

Debe implementarse un proceso efectivo de gestión de la información con los resultados alcanzados tras la implementación progresiva de la metodología. Es importante realizar una evaluación sistemática, que permita comparar los resultados obtenidos, así como la identificación de las barreras y facilitadores dentro de la práctica.

Durante la actividad del diagnóstico inicial, se debe evaluar el impedimento de hipertonia, (Houssay, y otros, 2021), Síndrome de Klinefelter y se clasifican de acuerdo con el grado en que el impedimento afecta el desempeño de las habilidades motrices y hábitos cognitivos del desarrollo futbolístico requeridas. Además, en función del número de miembros afectados, Estos indicadores, además de ser registrados en el perfil de cada estudiante, serán determinantes para la planeación individual del Programa de inclusión a la preparación cognitiva de hábitos futbolísticos y del Entrenamiento adaptado e inclusivo de Fútbol en el campo.

Se recomienda que en el diagnóstico participen los profesores de cultura física que serán responsables de las clases de educación física y aplicación de los entrenamientos inclusivos al fútbol; y ayudan a los alumnos con las habilidades motoras deficientes al juego, la coordinación, la integración sensorial, la estabilidad central, la postura y la fuerza. También se recomienda la intervención de los psicólogos educativos para identificar dificultades y problemas subyacentes que puede desarrollar un niño con discapacidad intelectual leve. Todo el proceso de diagnóstico, contará con la presencia de la familia de cada niño.

La conformación de la Base de datos con los perfiles de cada estudiante con necesidades educativas asociadas a una discapacidad que será incluido en las prácticas inclusivas de fútbol, servirá para hacer comparaciones con registros anteriores; emitir recomendaciones sobre el plan de acciones entrenamiento a seguir; e identificar patrones, a partir de la implementación de métodos de aprendizaje automático. La tabla 1, resume los procesos que intervienen en la Etapa 1 de la metodología:

**Tabla 1.** Resumen de las actividades de la Etapa 1 de la metodología: Planeación.

<b>ETAPA 1: Planeación</b>		
<b>Entradas</b>	<b>Salida</b>	<b>Participantes</b>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Historial clínico del estudiante con discapacidad intelectual leve</li> <li>• Horarios de medicación de ser el caso</li> <li>• Autorización escrita de los padres.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diagnóstico integral de cada estudiante.</li> <li>• Clasificación por clases deportivas: Discapacidad intelectual más severa; Discapacidad moderada; discapacidad mínima.</li> <li>• Clasificación con niños con discapacidad intelectual: Test coeficiente intelectual aplicado del 50 al 69 % corresponde a retraso mental leve, defisión del pensamiento y aprendizaje teóricos y prácticos del fútbol, Síndrome de Prader Willi Síndrome de Klinefelter ataxia, condiciones neurológicas relacionadas.</li> <li>• Base de datos con los perfiles de cada estudiante con (datos clínicos, demográficos: grupo, edad, altura, peso, IMC, tiempo de juego)</li> <li>• Programa de inclusión a las prácticas de fútbol en el campo y Programa de Preparación cognitiva</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Profesores de cultura física.</li> <li>• Padres de familia.</li> <li>• Fisioterapeutas</li> <li>• Terapeutas ocupacionales</li> <li>• Psicólogos educativos</li> </ul>
--	--	---

Fuente: Tabla de elaboración propia

Para efectos de esta investigación, se decidió que el programa de Preparación inclusiva de los niños con discapacidad intelectual leve sea responsabilidad del colectivo de la Unidad Educativa. En investigaciones realizadas con jugadores Fa7PC adultos, las actividades de ser preparación física se realizan de forma individual, sin embargo, teniendo en cuenta la edad a la que está dirigida la presente investigación, el sistema de ejercicios de PF se realizará también en la unidad educativa.

## **Etapa 2: Implementación**

A lo largo de la aplicación de los entrenamientos inclusivos al fútbol; los niños con necesidades educativas asociadas a la discapacidad intelectual leve; Necesitan más tiempo y repetición para aprender nuevas habilidades e información con las con condiciones motoras al juego, la coordinación, la integración sensorial, la estabilidad central, la postura y la fuerza, los niños deben realizar un importante número de acciones:

Procesar rápidamente las instrucciones del entrenador y reaccionar a las situaciones del juego.

- Ejecutar movimientos coordinados con precisión y fluidez.

- Aplicar más tiempo y repetición para aprender nuevas habilidades condicionales al fútbol e información.
  - Efectuar el recordatorio información axial del niño en acciones reciente o a largo plazo.
  - Acciones de juego para mantener la concentración por períodos prolongados.
  - Planteamiento de resolución de problemas de juegos; solventar las dificultades para analizar escenarios, identificar soluciones y aplicarlas.
  - Pensamiento más concreto técnico para comprender conceptos abstractos.
  - Aplicar lenguaje más simple a las acciones a ejecutar;
  - Planificación trabajo organizar tareas, materiales y su tiempo aplicado en el juego.
  - La formación de conceptos y la comprensión de ideas complejas puede llevarles más tiempo.
  - Acciones explosivas de aceleración, golpeo, salto, sprint y cambios de dirección, siendo descrito como un deporte intermitente de alta intensidad durante el desarrollo del juego.
  - De esta forma, la capacidad de aceleración, la fuerza explosiva y la potencia del tren inferior resultan fundamentales en el rendimiento deportivo, manifestándose mayoritariamente en los cambios de dirección, aceleraciones, lanzamientos y saltos.
- En la tabla 2 se muestra la formulación general de la Etapa 2 de la metodología:

**Tabla 2.** Estructura general de la Etapa 2 de la metodología: Implementación.

**IMPLEMENTACIÓN DE LA ESTRATEGIA PARA LA INCLUSIÓN DE NIÑOS CON  
DISCAPACIDAD INTELECTUAL LEVE A LA PRÁCTICA DE FÚTBOL**

<b>Objetivo General</b>	Desarrollar las habilidades físicas más importantes para la práctica del fútbol en niños con discapacidad Intelectual Leve.		
<b>Objetivos específicos</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Desarrollar un programa actividades inclusivas deportivas, donde se desarrollen las habilidades cognitivas de aprendizajes a las reglas fundamentales para la práctica de fútbol;</li> <li>2. Desarrollar un programa actividades inclusivas deportivas, donde se desarrollen las habilidades motrices fundamentales para la práctica de fútbol, como: coordinación, agilidad, estabilidad, equilibrio, fuerza.</li> <li>3. Desarrollar un programa actividades en las clases de educación física, donde los niños con discapacidad intelectual leve puedan ejecutar acciones motoras en un partido recreativo demostrando destreza técnica y táctica.</li> <li>4. Crear una base de datos para gestionar toda la información del proceso de inclusión de niños con discapacidad a la práctica de fútbol, para futuras actualizaciones de la implementación de la estrategia.</li> </ol>		
<b>Inclusión</b>	Niños de 6-12 años con discapacidad intelectual leve.		
<b>Duración</b>	14 semanas	<b>Distribución</b>	8 semanas de PF, 5 semanas , y PT 1 semana de evaluación
<b>Frecuencia</b>	<p><b>PF:</b> 2 encuentros por semana. 20 min cada encuentro.</p> <p><b>PT:</b> 1 encuentro por semana. 1 con 25 minutos de duración, con incremento de 10 min por encuentro, hasta desarrollar un partido completo de 45 minutos en la hora de Educación Física.</p>		
<b>Método</b>	El Método Integrado el cual hace énfasis en lograr la preparación física y técnica al mismo tiempo.		
<b>SISTEMA DE HABILIDADES A DESARROLLAR</b>			
<b>Habilidad</b>	<b>Descripción</b>		
Cognitiva	Desarrollo del área cognitiva de hábitos futbolísticos efectuando énfasis en las adaptaciones para la inclusión a las 14 reglas del juego, toma de decisiones rápidas, anticipación a las acciones de los fundamentos técnicos del fútbol, resolución de problemas técnicos en tiempo real.		
Coordinación	La coordinación motriz se refiere a la correcta y exacta secuenciación en tiempo y orden de los movimientos musculares y las diferentes extremidades o partes		

	del cuerpo combinadas de manera oportuna, eficaz y eficiente con respecto a un objetivo. Los niños con esta condición experimentan dificultades en la coordinación muscular, así como en la organización de la información sensorial. Por lo tanto, es necesario desarrollar habilidades que impliquen la coordinación de los segmentos y la coordinación espacio temporal
Agilidad	La agilidad es definida como la capacidad de realizar cambios de dirección apropiados ante la presencia de un estímulo externo ( <i>changes of direction ability – CODA</i> ). Se contribuirá en niños con esta condición efectuando hábitos de repetición a fundamentos técnicos del fútbol.
Estabilidad	La estabilidad es definida como una medida de equilibrio y coordinación, y constituye una variable significativa para determinar la eficacia mecánica. El equilibrio funcional o el control del equilibrio es la capacidad de mantener varias posiciones, de dar respuestas automáticas posturales a cambios voluntarios del cuerpo y sus segmentos y de reaccionar a perturbaciones externas o inesperadas. El control del equilibrio es importante para la competencia en el desarrollo de la mayoría de habilidades funcionales. Los niños con esta condición muestran mayores dificultades para recuperar el equilibrio de forma eficiente cuando son expuestos a una amenaza, tardan más tiempo en recuperar la estabilidad y muestran mayores movimientos del centro de presiones durante el periodo de recuperación.
Fuerza	La fuerza muscular juega un papel importante en el control neuronal adecuado en personas con esta condición, mientras que la debilidad muscular se asocia a la reducción de las funciones motrices en general. El déficit de fuerza en una articulación en concreto puede estar compensado por aumentos en otras articulaciones de las cadenas cinéticas implicadas. Durante las múltiples acciones que se producen en el fútbol: cambios de dirección, saltos o <i>sprints</i> , y la intensidad a la que se producen, se ven condicionadas directamente por las contracciones musculares explosivas. Dado que la capacidad de generar fuerza explosiva está condicionada por la activación neural, y que la población de estudio tiene su principal afectación en dicho sistema, es importante dosificar correctamente los ejercicios para desarrollar este tipo de habilidad.

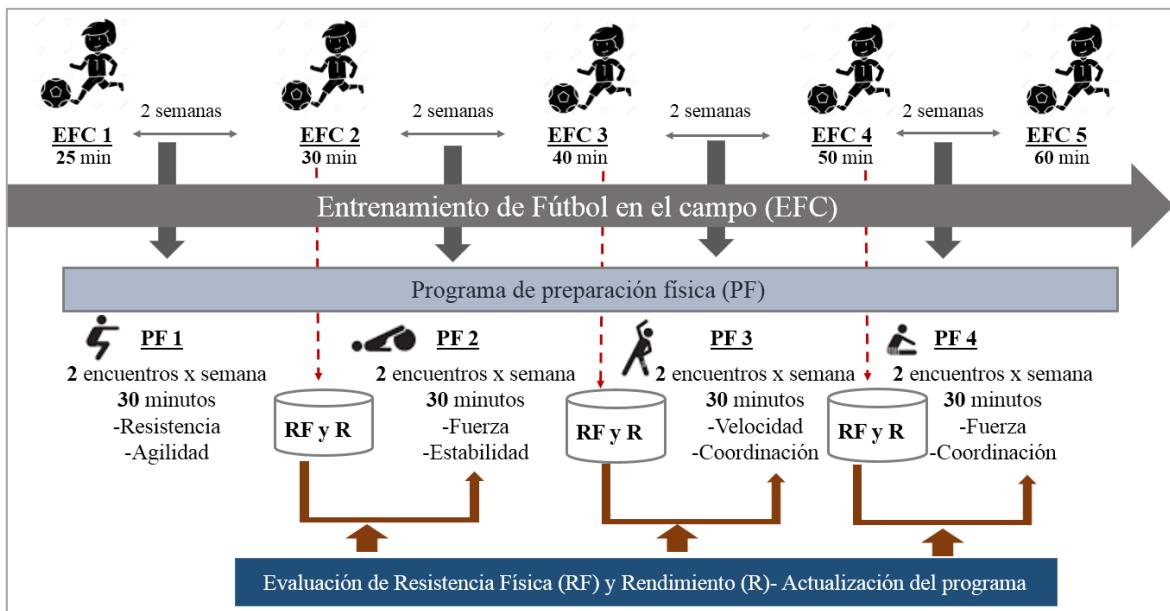
Fuente: Tabla de elaboración propia

#### **Definición del plan de desarrollo deportivo inclusivo en su preparación física.**

En esta actividad, los profesores de cultura física y demás personal de apoyo, realizan la planificación inclusiva del entrenamiento que tendrán los niños con Discapacidad Intelectual leve. En este sentido, se recomienda planificar las siguientes macro actividades:

- ❖ **Programa de preparación Física (PF)**
  1. Preparación Física General (coordinación, agilidad, estabilidad, fuerza)
  2. Preparación Física Especial (rango de movimiento conjunto, ejercicio cardiorrespiratorio)
- ❖ **Entrenamiento de Fútbol en el campo (EFC)**
  1. Preparación Técnica
    - Golpeo: Pie interior; Pie empeine, Pie puntera, Pie exterior, Pie tacón, Cabeza frontal, Cabeza lateral.
    - Control del balón: pase, recepción, conducción, remates.
  2. Preparación Táctica
- ❖ **Preparación Teórica-Psicológica**
  1. Actividades de apoyo emocional

Cada equipo de instructores es responsable de definir el plan de entrenamiento atendiendo a la clasificación deportiva y las características individuales de cada niño. Para efectos de esta propuesta se ha definido un plan de entrenamiento de 14 semanas, tal como se muestra en la figura 2.



**Figura 2.** Definición del **plan de desarrollo deportivo inclusivo**

Fuente: Elaboración propia

Para las actividades inclusivas en su preparación física y de EFC se deben realizar ejercicios de estiramiento flexibilidad y Estiramientos dinámicos:

- Los ejercicios de estiramiento y flexibilidad se pueden realizar antes y durante la preparación muscular. Esto puede ser en forma de calentamiento antes del entrenamiento muscular o aeróbico. Después de terminar de hacer ejercicio, las articulaciones y los músculos suelen estar calientes. Por lo tanto, se recomienda concluir con una rutina de estiramiento efectiva.
- Estiramientos dinámicos: el rango de movimiento de las articulaciones está influenciado por la fuerza y la longitud de los músculos. Un rango completo de movimiento puede fortalecer incluso los músculos que son propensos a lesionarse durante los ejercicios físicos. El objetivo debe ser prevenir lesiones y mejorar la función de las articulaciones.

**Tabla 3.** Resumen las diferentes actividades realizadas por los niños durante la ejecución del plan de PF.

Habilidad	Descripción
Coordinación	<p>Sentados sobre un banco, descalzos, con una angulación en la rodilla de 90°. Deben intentar tocar las esquinas de un rectángulo dibujado en el suelo de 20x30 cm. Se alternan los movimientos talón-punta del pie en cada una de las esquinas, de derecha a izquierda para la pierna derecha, y de izquierda a derecha para la pierna izquierda.</p> <p><b>Repeticiones:</b> Una primera iteración con velocidad lenta. Después dos repeticiones lo más rápidamente posible. Este protocolo se realiza con ambas piernas. Se registran los resultados de las dos últimas repeticiones.</p>
Coordinación	<p>Situados con ambos pies próximos entre sí y sobre una línea trazada en el suelo. Deben correr lo más rápido posible sobre la línea durante 10 ciclos. Un ciclo está completo cuando se contacta el pie izquierdo/derecho hasta el próximo contacto del pie izquierdo/derecho. Los brazos pueden moverse libremente.</p> <p><b>Repeticiones:</b> Se realiza una iteración de calentamiento y después dos repeticiones lo más rápidamente posible. Se registran los resultados de las dos últimas repeticiones. La unidad de medida es el tiempo en segundos necesario para realizar los 25 ciclos correctamente.</p>
Coordinación	<p>Se pide a los niños que primero extiendan la rodilla y luego que flexionen el tobillo de cada pierna en posición sentada en un banco sin apoyo para los pies.</p> <p><b>Repeticiones:</b> Se realizan tres iteraciones de cinco ciclos cada uno.</p>
Coordinación	<p>En un área definida de <math>3 \times 11</math> m, el atleta bota el balón entre siete conos con 1,5 m de separación entre cada cono y 1 m desde/hasta las líneas de salida/llegada. La prueba no es válida en el caso de que la pelota pase uno de los límites laterales o el atleta pise un cono durante el recorrido.</p> <p><b>Repeticiones:</b> Se realiza una iteración de calentamiento y después dos repeticiones lo más rápidamente posible. Se registran los resultados de las dos últimas repeticiones.</p>
Coordinación	<p>En un área definida de <math>4 \times 4</math> m, el atleta comienza en el cono inferior izquierdo y (1) corre en un recorrido diagonal hacia el cono frontal, (2) realiza un COD hacia su lado izquierdo y corre hacia el cono opuesto, (3) cambia la dirección hacia su lado derecho para correr nuevamente la diagonal del cuadrado y (4) cambia la dirección hacia su lado izquierdo nuevamente para correr hacia el mismo cono donde comenzó la prueba. La prueba no es válida en el caso de que</p>

	<p>los atletas pierdan el control de la pelota o el atleta pise un cono durante el recorrido.</p> <p><b>Repeticiones:</b> Se realiza una iteración de calentamiento y después una repetición lo más rápidamente posible.</p>
Coordinación	<p>En el puesto se realizan diferentes movimientos coordinativos como títeres, tijeras, combinación de títeres y tijeras, taloneo adelante y atrás, combinación del taloneo, elevación de rodillas. Después se realiza en movimientos cortos desplazamientos adelante atrás, laterales.</p> <p><b>Duración:</b> cinco minutos</p>
Cambios de dirección	<p>Deben situarse sobre la línea de salida mirando hacia el recorrido a realizar. A la señal, deben correr tan rápido como sea posible realizando el zig-zag entre los conos sin tocarlos, hasta llegar a la línea final donde el tiempo se parará. La distancia entre la salida y el punto más lejano en línea recta es de 10 m, mientras que la anchura del circuito es de 5 m.</p> <p><b>Repeticiones:</b> Se realiza una iteración de calentamiento y después dos repeticiones lo más rápidamente posible. La unidad de medida es el tiempo necesario para completar el ejercicio medido en segundos. Este entrenamiento se realiza con balón y sin balón.</p>
Cambios de dirección	<p>Deben situarse en posición erguida sobre la línea de salida. A la señal, correrán tan rápido como sea posible hasta un cono situado a una distancia de 10 m. Luego deben girar alrededor del cono y cambiar el sentido del desplazamiento hasta la línea de salida. El ejercicio se realiza con la conducción de balón.</p> <p><b>Repeticiones:</b> Se realiza una iteración de calentamiento y después dos repeticiones lo más rápidamente posible, que fueron las registradas. La unidad de medida es el tiempo necesario para completar el ejercicio medido en segundos.</p>
Estabilidad	<p>Los jugadores deben andar sobre una línea de 10 m juntando el talón con la punta de los pies, hasta completar el ejercicio.</p> <p><b>Repeticiones:</b> En la primera iteración los jugadores deben recorrer 5 m lo más equilibrado posible. En la segunda repetición realizaran los pasos lo más rápido posible sobre la línea. La unidad de medida es el tiempo necesario para completar el ejercicio medido en segundos.</p>
Estabilidad	<p>Los jugadores se ubican descalzos sobre la plataforma de fuerzas, debiendo cruzar los brazos sobre el pecho y posteriormente elevar un pie del suelo. Los participantes pueden fijar la mirada en un punto sobre la pared durante la</p>

	<p>realización del ejercicio. El ejercicio se termina cuando se mueve el pie de apoyo, desplazando considerablemente el centro de gravedad como para considerar que su posición de partida ha cambiado.</p> <p><b>Repeticiones:</b> El ejercicio se realiza dos veces con cada pierna, durante 30 segundos.</p>
Estabilidad	<p>Los atletas realizan el salto con contra movimiento (CMJ) y el salto desde cuclillas (SJ).</p> <p><b>Repeticiones:</b> Cada participante realiza 3 repeticiones de cada salto, y los valores de altura más altos son registrados. Se estableció un intervalo de descanso de 50 segundos entre cada salto.</p>
Estabilidad	<p>El atleta inicia en posición ortostática con las manos fijadas en la cintura y, a la señal, realiza una sentadilla hasta que las rodillas alcancen un ángulo de 90°. Luego, el participante extiende las caderas y las rodillas para proyectar el cuerpo verticalmente con la mayor velocidad y fuerza posible para alcanzar la máxima altura posible al realizar el CMJ. Se instruyó a los participantes para que no flexionaran la rodilla ni flexionaran el tobillo durante la fase de vuelo.</p> <p><b>Repeticiones:</b> Cada participante realiza 3 repeticiones de cada salto, y los valores de altura más altos son registrados. Se estableció un intervalo de descanso de 50 segundos entre cada salto.</p>

Fuente: Tabla de elaboración propia

## RESULTADOS

Todos los resultados obtenidos por los niños con discapacidad Intelectual leve que participaron en el estudio fueron registrados en la base de datos, al igual que las evaluaciones y observaciones emitidas por el equipo multidisciplinario. Al completar el plan desarrollo deportivo inclusivo, se aplicó una encuesta por separada a los niños, la familia, y el colectivo docente involucrado. Los principales resultados se describen a continuación:

Evaluación de la satisfacción de los docentes de cultura física con la estrategia metodológica desarrollada.

Se realizó una encuesta a los cuatro profesores de cultura física que participaron durante toda la implementación de la estrategia desarrollada. Para realizar la evaluación, fueron descritos los principios que sustentan la metodología, y sobre los cuales deberían emitir su consideración, dado por: uso equitativo (aplicable a un espectro amplio de discapacidad

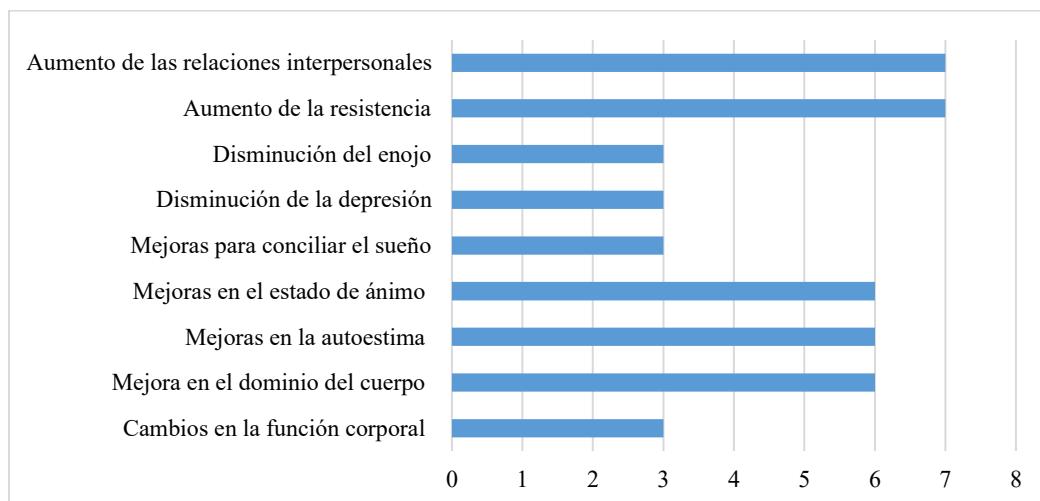
intelectual leve a menores de 18 años); flexibilidad de uso; uso simple e intuitivo; fácil de entender e implementar; información perceptible; tolerancia al error; esfuerzo físico adecuado; compromiso; representación; perceptible; operable; comprensible; sólidos de la propuesta. En la tabla 4 se muestra los principales resultados.

**Tabla 4.** Evaluación de la satisfacción de los docentes con la estrategia metodológica desarrollada.

Indicador de satisfacción con la metodología desarrollada	Sí	No	Tal vez
En el diseño de la estrategia metodológica se consideró un espectro amplio de alumnos con discapacidad Intelectual Leve.	3	0	1
En el diseño se contempla una amplia gama habilidades físicas de desarrollo cognitivo, siendo posible realizar adaptaciones, debido a su estructura flexible.	4	0	0
El diseño es fácil de entender y usar y no complejiza el proceso de entrenamiento para los profesionales de cultura física.	3	0	4
El diseño permite la interacción de los jugadores, independientemente de sus condiciones, o de las capacidades sensoriales que este tenga.	4	0	0
El diseño es flexible, y permite realizar actualizaciones al plan de entrenamiento en función de la respuesta física de cada estudiante.	4	0	0
El diseño se puede usar de manera eficiente, cómoda y sistemática.	3	0	1
El diseño es utilizable independientemente del tamaño del cuerpo, la postura o la movilidad del usuario.	2	1	1
El diseño estimula el interés y la motivación para realizar actividades físicas y practicar deporte (Fa7PC).	4	0	0
El diseño recolecta, almacena y muestra la información y el contenido de diferentes maneras.	4	0	0
Los niños con discapacidad intelectual son capaces de ejecutar el plan de desarrollo deportivo inclusivo definido a partir de la implementación de la estrategia pedagógica	4	0	0

Evaluación de la satisfacción de la familia con la estrategia metodológica desarrollada

Siete padres de familia, que representaban a los 5 niños que participaron en este estudio, acompañaron todo el proceso de la implementación de la estrategia metodológica diseñada para la inclusión de niños con discapacidad intelectual leve en las prácticas de fútbol. De manera general, el 71.42 % de los padres manifestó su conformidad con las actividades de plan de desarrollo deportivo inclusivo en la PF, e indicaron que en la preparación física (PF) reside su mayor interés, por encima del Entrenamiento de Fútbol en Campo (EFC); el 28,58% restante manifestó su gran emoción al ver a su hijo en el terreno de fútbol, ya que es un sueño cumplido. Los principales resultados obtenidos en la encuesta se resumen a continuación:



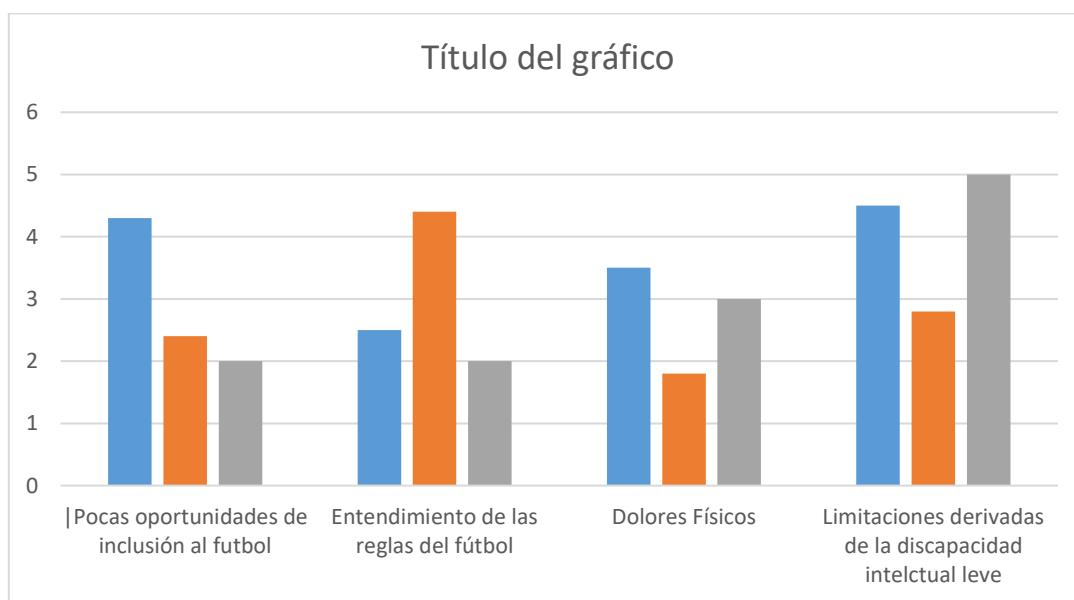
**Figura 3.** Percepciones de la familia sobre los beneficios de la implementación de la estrategia metodológica.

De manera general, los padres de familia evaluaron como muy beneficiosa la implementación de la estrategia metodológica diseñada. Indicaron como muy relevante el aumento de las relaciones interpersonales de los niños, y el aumento de la resistencia ante las actividades físicas.

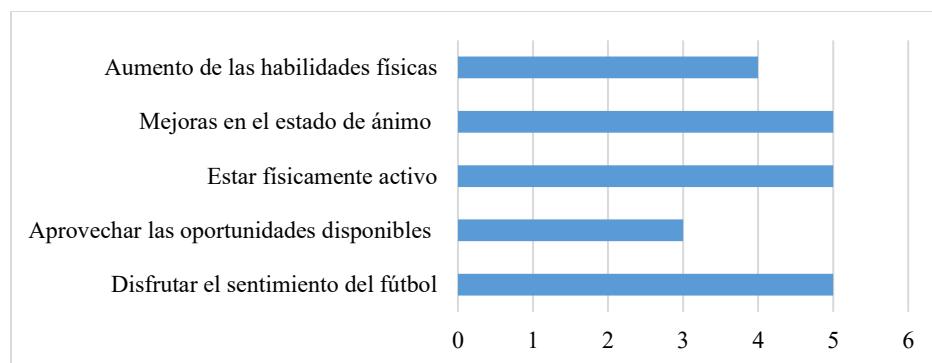
#### **Evaluación de la satisfacción de los niños con Discapacidad Intelectual Leve sobre la estrategia metodológica desarrollada:**

En la encuesta realizada a los niños que participaron en este estudio, manifestaron como principal beneficio, la alegría que les reporta practicar un deporte con la compañía y apoyo

de su familia, así como correr, ensuciarse y estar descalzos. Sin embargo, el 100% de los participantes, manifestó dolores y cambios no deseables en el cuerpo, sobre en las cuatro primeras semanas. Así mismo, manifestaron que fue insuficiente el EFC, que es la actividad que más le gusta, y por la cual accedieron a participar en este estudio. Los principales resultados obtenidos en la encuesta se resumen a continuación:



**Figura 4.** Factores que inhiben la participación de los niños en el programa de desarrollo deportivo inclusivo.



**Figura 5.** Beneficios percibidos por los niños que participaron en el programa de desarrollo deportivo inclusivo.

De acuerdo con la encuesta aplicada, la participación en las actividades del plan de preparación Física, (PF) no siempre trajo experiencias de felicidad o disfrute. Algunos participantes, mencionaron malas experiencias porque la PF resultó en fatiga, dolor y lesiones. Sin embargo, todos manifestaron disfrutar plenamente las actividades inclusivas de Entrenamiento de Fútbol en Campo (EFC).

Todas las respuestas a las preguntas de la encuesta fueron favorables, sin embargo, se debe tener en cuenta que es posible que al implementar esta estrategia con niños muy pequeños, o con discapacidades intelectuales, debilidad muscular sustancial o trastornos severos del movimiento, no sean capaces de brindar este nivel de cooperación y esfuerzo.

## DISCUSIÓN

Para la propuesta de la presente estrategia metodológica se analizaron distintos programas de intervención, en los que se logró comprobar como desarrollar las habilidades motrices básicas coordinativas propioceptivas y físicas más importantes para la inclusión a la práctica del fútbol en niños con discapacidad intelectual leve.

A demás se puede mejorar la capacidad de desarrollo Cognitivo en los fundamentos técnicos del fútbol de las habilidades motrices propioceptivas la fuerza muscular, el equilibrio, la flexibilidad, la resistencia, entre otros. Estos beneficios se lograron obtener en trabajos de entrenamientos inclusivos con una duración superior a las cuatro semanas. Los resultados obtenidos validan que el entrenamiento inclusivo al de fútbol vuelve más activo a los niños, mejora su independencia, y funcionalidad. (*FP Flores, 2024*)

En el estudio realizado (Norma Miño, 2024) se concluyó que los participantes no tienen suficiente participación en actividades físicas con experiencias tanto positivas como negativas. Los factores ambientales y actitudes negativas dificultan su participación, así como la falta de apoyo personal suficiente por parte de profesionales, padres y amigos

también es un gran desafío para promover la actividad física en la población de niños con discapacidad intelectual leve.

Mantenerse físicamente activo es importante para promover la salud, y se ha documentado que la participación regular en las prácticas de fútbol tiene efectos positivos en la prevención de complicaciones secundarias y en el aumento del nivel de condición física en niños con discapacidad intelectual leve. (Albert Batalla Flores, 2017) El estudio de (Michelsen et al., 2009) encontró que la práctica de fútbol también puede fortalecer las conexiones sociales, las habilidades físicas y la autoestima en esta población.

De acuerdo con la percepción de los padres encuestados, la práctica de fútbol tiene el potencial de contrarrestar los sentimientos de exclusión y marginación de los niños con discapacidad intelectual leve al brindarles la oportunidad de pertenecer y ser parte de un equipo o comunidad. Este hallazgo sugiere que los responsables de implementar programas de actividad física inclusiva para niños con discapacidad intelectual leve deberán ser sensibles a las reacciones emocionales provocadas por la participación y lo suficientemente hábiles para ayudar a los niños a lidiar con emociones difíciles como el dolor y la ansiedad. (Manuel Calderón Moncayo, 2023)

## **CONCLUSIONES**

Los niños con Discapacidad Intelectual tienen una respuesta al ejercicio diferente o menor que las personas sin discapacidad, caracterizada por una mezcla de factores cognitivos, metabólicos y neurales que afectan su rendimiento físico de fuerza y potencia, en sus habilidades motrices básicas coordinativas propioceptivas y físicas. Sin embargo, se deben seguir algunas pautas para asegurar que el ejercicio físico mejore la fuerza muscular, la salud cardiorrespiratoria y la función de movilidad.

Con el desarrollo de la investigación se pudo obtener una estrategia metodológica para la inclusión de niños con Discapacidad Intelectual leve, que le permitió integrar de manera escalonada en las prácticas de fútbol, a los niños con esta condición de la Unidad Educativa

Aurora Estrada de Ayala. De manera general, los participantes evaluaron como muy beneficiosa la implementación de la estrategia metodológica diseñada.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- ACS Pino, L. D. (2024). Estrategia didáctica de juegos adaptados para la inclusión de estudiantes con discapacidad intelectual moderada en la clase de Educación Física. *Pol. Con. (Edición núm. 90) Vol. 9, No 1.*
- Albert Batalla Flores. (2017). El entrenamiento físico en el fútbol . *Universidad de Barcelona España.*
- Calvo., G. (2013). La formación de docentes para la inclusión educativa. *Sielo uruguay versión On-line ISSN 1688-7468.*
- CO Patiño, L. B. (2024). Programa de actividades recreativas inclusivas para estudiantes con discapacidad intelectual leve en la clase de Educación Física. *Digital Publisher.*
- Constitucion de la Republica Ecuador. (2008). *ley de discapacidades.* Quito.
- FP Flores, J. A. (2024). Estrategias didácticas inclusivas para la enseñanza del futbol a estudiantes con discapacidad intelectual leve. *Digital Publisher.*
- Houssay, B. A., Lewis, J. T., Orías, O., Hug, E., Braun Menéndez, E., & Foglia, V. G. (2021). *Fisiología Humana. Houssay y Leloir.*
- Lafuente, V. M. (2023). Fomentar el desarrollo motor en alumnos y alumnas con necesidades educativas especiales: Síndrome de Down. Propuesta didáctica desde el área de Educación. *UVASTIC.*
- Manuel Calderón Moncayo. (2023). Estrategia metodológica para la inclusión de estudiantes con parálisis cerebral leve a la práctica del fútbol. *Serie Científica Universidad de Ciencias Informatica.*
- Miño, N. (2024). Estrategia pedagógica inclusiva para el desarrollo de habilidades deportivas en estudiantes con necesidades educativas intelectuales. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física.*

Naciones Unidas 2006. (2006,). *La inclusión educativa de estudiantes con discapacidad ha captado una atención global significativa impulsada por organizaciones internacionales.* Wasinton.

Norma Miño. (2024). Estrategia pedagógica inclusiva para el desarrollo de habilidades deportivas en estudiantes con necesidades educativas intelectuales. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física.*

Pére, M. (2009). Inclusion educativa. *Universidad de Sevilla.*

Poma Flores. (2024). Estrategias didácticas inclusivas para la enseñanza del futbol a estudiantes con discapacidad intelectual leve. *Dialnet.*

YAD Monar, C. M. (2024). Actividades recreativas inclusivas para estudiantes con discapacidad intelectual en la clase de Educación Física. *PODIUM Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física.*